

# Vigile

Vigilance pour la santé et la sécurité au travail

Lettre du Département des Risques Professionnels

CRAM Aquitaine

[Risque]

## Quand le travail



**L'actualité rapporte de plus en plus de cas de stress en entreprise. Des situations de harcèlement, de violence, d'épuisement professionnel dû parfois à des exigences de travail nouvelles, peuvent mener au suicide. Un salarié sur trois déclare souffrir du stress en entreprise. Ce phénomène touche les chefs d'entreprises comme les employés et n'épargne aucun secteur d'activité.**

**Faut-il renoncer au bien-être professionnel ? Ou bien existe-t-il des solutions anti-stress pour mieux vivre son travail ?**



A la longue, stress et autres risques psychosociaux peuvent causer des pathologies graves.

### Vous avez dit stress ?

Le mot est galvaudé. Un petit tracassé, une légère gêne "psychologique" ne sont pas forcément du "stress". On parle de stress au travail quand une personne ressent un déséquilibre entre ce qu'on lui demande de faire et les ressources dont elle dispose pour y parvenir. Le stress fait partie d'un ensemble de risques que, dans le jargon des préventeurs, on désigne sous le terme général de "Risques Psychosociaux". L'expression recouvre, sur le plan des atteintes à la santé, des dommages ou préjudices tels que la souffrance au travail, la violence physique ou verbale, l'épuisement professionnel, l'usure mentale, le harcèlement moral... et le stress. Ces risques ont des conséquences individuelles et sociales, pouvant toucher une partie, voire l'ensemble d'un établissement.

### Prise de tête au travail : chacun sa limite

Le stress, comme les autres risques psychosociaux, peut être lié au travail : la monotonie d'une tâche, l'exigence de qualité, une cadence trop élevée, mais aussi une mauvaise communication, des horaires décalés et un manque de reconnaissance, des conflits ou l'isolement en sont parfois l'origine. L'environnement physique direct de l'employé (bruit, chaleur, froid), voire socio-économique (compétitivité, concurrence...) sont des facteurs aggravants.

Bien sûr, le niveau de stress face à ces situations peut différer selon les personnes : un stress est aigu quand on doit affronter l'urgence d'une exigence ponctuelle ; il est chronique quand les contraintes sont répétitives ou permanentes. Bien sûr, on peut tou-

jours accuser la fragilité d'untel ou la susceptibilité d'un autre. Mais quand les cas se multiplient dans l'entreprise, il faut se rendre à l'évidence : le stress est peut-être le symptôme d'un problème dans l'organisation du travail.

### Le stress fait mal

Alors il est temps de réagir car, à la longue, le stress et autres risques psychosociaux peuvent causer des pathologies graves.



Douleurs musculaires, troubles du sommeil, épuisement, nervosité, crises de larmes, trous de mémoire à répétition, inhibition... ne sont pas à prendre à la légère. Les études le démontrent : un stress prolongé peut provoquer des accidents du travail, mais aussi des maladies cardiovasculaires, des troubles musculosquelettiques, des dépressions et même des infections récurrentes.

Un petit "coup de bourre" ponctuel bien géré par le personnel, ce n'est pas si grave, mais manager ses salariés par le stress pour augmenter leur rendement est un mauvais choix : épuisés, ils finiront par "craquer", tomber malade, multiplieront les absences...

dommageables pour eux comme pour l'entreprise.

### L'union fait l'antistress

Quand l'ambiance sur le lieu de travail est nettement dégradée, il faut mettre des solutions en œuvre rapidement. L'employeur a l'obligation d'assurer la santé et la sécurité de ses salariés mais ce n'est pas aussi simple : la démarche nécessite un investissement de tous dans l'entreprise. Direction, salariés, médecin du travail, service des Ressources Humaines, un groupe de pilotage du plan de prévention peut réfléchir sur les causes qui ont provoqué cette situation : comment en est-on arrivé là ? En quoi l'organisation du travail a-t-elle eu ces effets pervers ? N'en demande-t-on pas trop aux employés ? Posez-vous les bonnes questions et n'attendez pas que le signal d'alarme soit enclenché pour réagir !

### Et après ?

En fonction du diagnostic [voir encadré ci-dessous], il faut mettre en place des réponses très concrètes : réduction de la charge de travail ou répartition entre plusieurs opérateurs, formation des employés (pour les clients difficiles), aménagement du poste de travail... Des acteurs externes comme la CRAM peuvent aider le chef d'entreprise à analyser ses besoins, à organiser son plan de prévention et à suivre l'évolution de la situation. De la discussion naît souvent la bonne solution ! ■

### >>> PLUS D'INFOS

- Plusieurs ressources utiles sont disponibles sur le site [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr) :
- > Dossier web : "Le stress au travail"
- > ED 5021 : "Le stress au travail"
- > ED 973 : "Et s'il y avait du stress dans votre entreprise ?"
- > ED 6011 : "Stress au travail - Les étapes d'une démarche de prévention"
- > ED 6012 : "Dépister les risques psychosociaux - Des indicateurs pour vous guider"
- > DV 0327 : "J'ai mal au travail" (un DVD).

### Un outil pratique pour évaluer les risques psychosociaux

Pour identifier les sources et le niveau de stress, plusieurs outils sont disponibles : des questionnaires aux entretiens en passant par l'analyse d'indicateurs tels que le turnover, l'absentéisme ou le nombre élevé de troubles musculosquelettiques... Un guide particulièrement pratique, intitulé "Dépister les risques psychosociaux - Des indicateurs pour vous guider" (ED 6012) vient de sortir. Vous y trouverez des repères méthodologiques mais aussi et surtout un tableau d'indicateurs liés au fonctionnement de l'entreprise ou relatifs à la santé et à la sécurité des salariés. Vous pourrez facilement le renseigner en vous appuyant sur les données du service du personnel ou les constats du médecin du travail.



## [[ Risque routier ]]

# A quand remonte la dernière vérification du gonflage de vos pneus ?

La pression et l'état des pneus sont largement sous-estimés et pourtant, ce sont des risques professionnels majeurs. Un bon gonflage n'a que des avantages : il agit directement sur l'ensemble des performances du pneu, donc sur le comportement du véhicule. Un pneu non usé et suffisamment gonflé c'est : moins de risque d'éclater, un freinage et une tenue de route améliorés y compris sur sol mouillé, moins de carburant consommé... donc une sécurité renforcée, un environnement mieux protégé et des économies réalisées.

Seule une vérification mensuelle à froid des pneus et une remise à niveau de la pression permettent de lutter efficacement contre les risques liés au sous-gonflage.

Ayez en tête cette formule pratique : "pneu sous-gonflé risque d'éclater, pneu gonflé idéal pour la sécurité."

### Le saviez-vous ?

L'éclatement des pneumatiques des Véhicule Utilitaires Légers sur autoroute est trois fois plus fréquent que sur les Véhicules Personnels. Sur autoroute, la proportion de véhicules accidentés avec un éclatement de pneumatique est de presque 20% pour les véhicules utilitaires ; elle est de 6,2 % pour les véhicules personnels sans remorque (source INRETS 2004).



© CRAM Aquitaine

### >>> PLUS D'INFOS

> Le dépliant du Ministère de

**l'Équipement et des Transports "Des pneus toujours bien gonflés : des gestes simples pour rouler en sécurité" est disponible à l'adresse suivante : [www.securite-routiere.gouv.fr](http://www.securite-routiere.gouv.fr)**

## [[ C'est nouveau ça vient de sortir ]]

### Nouveau catalogue de l'INRS : le trois en un

Pour la première fois cette année, un seul catalogue de l'INRS rassemble les contenus du catalogue papier, mais aussi des catalogues affiches et documents audiovisuels. Pour le millésime 2008, y figurent en sus les dossiers web publiés sur le site [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr).

Bonne idée : dans ce catalogue unique en papier est encarté un Cdrom contenant des liens vers le site Internet de l'INRS pour un accès facilité et rapide aux PDF en texte intégral.

En tout, ce catalogue de 78 pages colorées, à la présentation claire, vous ouvre la porte vers plus de 2000 publications de l'INRS. Les professionnels de la santé et de la sécurité au travail, mais aussi les entreprises sensibilisées aux risques professionnels vont a-do-rer !

### >>> PLUS D'INFOS

> ED 6000 : "Catalogue des productions 2008".  
Texte intégral disponible au format PDF sur [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## [[ Pratique ]]

### Le compte employeur en ligne : plus pratique, c'est pas possible...

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2007, tout chef d'entreprise peut consulter en ligne sur le site [www.risquesprofessionnels.ameli.fr](http://www.risquesprofessionnels.ameli.fr). le taux de cotisation qui lui a été notifié ainsi que le contenu de leur compte pour l'année en cours et l'année précédente.

Aujourd'hui, le compte employeur en ligne contient toutes les infos qui figurent aussi sur le compte papier envoyé une fois par an à l'entreprise ! En quelques clics, il est désormais possible de consulter en continu l'évolution de l'ensemble des dépenses versées par les organismes de sécurité sociale pour chaque accident du travail ou maladie professionnelle, sans avoir à attendre le relevé annuel.

### Ouvert à toute heure

Ce compte peut être consulté 24heures/24, 7jours/7 en accès sécurisé par code confidentiel. C'est devenu un jeu d'enfant de jeter un coup d'œil sur :

- > le taux de cotisations accident du travail - maladie professionnelle
- > le relevé détaillé du compte employeur (salaires, effectifs, type de sinistre, dépenses réglées au titre des risques professionnels par victime et par sinistre...).

La consultation s'effectue via un accès sécurisé sur le site [www.risquesprofessionnels.ameli.fr](http://www.risquesprofessionnels.ameli.fr). Un code est envoyé par courrier postal après inscription de l'intéressé. Ensuite, pour accéder au service, il faut choisir la région de la ou des entreprises sur une carte de France numérisée. Ce compte est mis à jour quotidiennement et sa consultation peut être déléguée à un mandataire (expert-comptable, etc.).

C'est simple, rapide et gratuit : pourquoi s'en priver ?

## [[ Cancers pro ]]

### Salarié exposé, risque d'arrêt complet



Un nouveau décret paru fin 2007 propose une cessation temporaire d'activité de l'entreprise en cas d'exposition des salariés à une substance cancérigène, mutagène ou reprotoxique (CMR) de catégorie 1 ou 2 disposant d'une valeur limite contraignante. En réalité, le décret ne fait que préciser les modalités de cet arrêt, déjà prévues dans le code du travail. Lorsqu'à l'issu d'un contrôle effectué par un organisme agréé, l'inspecteur du travail constate que l'exposition des salariés à une substance CMR est supérieure à la limite d'exposition autorisée, il peut déclencher la procédure d'arrêt temporaire d'activité.

### Présenter un plan d'action

D'abord il demande au chef d'entreprise de lui communiquer un plan d'actions dans lequel ce dernier décrit les mesures qu'il compte prendre pour faire disparaître le risque ou le diminuer jusqu'à la limite d'exposition acceptable. A réception de ce document, l'inspecteur a quinze jours pour notifier au chef d'entreprise la mise en œuvre des mesures proposées, fixer un délai d'exécution et formuler des observations. Mais attention : à défaut de réception du plan d'actions ou passé le délai d'exécution, il peut demander un nouveau contrôle par un organisme agréé et si le risque persiste demander, après avoir entendu le chef d'entreprise, l'arrêt immédiat du poste de travail en cause pour protéger le salarié.

Le message est clair : l'inspection du travail incite fortement les chefs d'entreprises au respect des valeurs limites d'exposition.

### >>> PLUS D'INFOS

> Décret n° 2007-1404 du 28 septembre 2007 relatif à l'arrêt temporaire d'activité mentionné au II de l'article L. 231-12 du Code du Travail et modifiant le Code du Travail (deuxième partie: décrets en Conseil d'Etat).

## [[ FAQ ]]

### L'employeur peut-il soumettre ses employés à des tests d'alcoolémie sur le lieu de travail ?

Oui, il en a le droit, mais pas n'importe comment.

Les dispositions à prendre pour contrôler le salarié doivent être clairement stipulées dans le règlement intérieur de l'entreprise. Par ailleurs, le contrôle est licite à condition que l'employé ait la possibilité de contester le résultat. Il faut également prendre en compte la nature du travail qu'on lui a confié (conduite de véhicule, utilisation de machines dangereuses...) et ne pas systématiser les contrôles d'alcoolémie sur

tous les employés de l'entreprise : l'état d'ébriété est-il de nature à exposer les personnes ou les biens à un danger ? Posez-vous les bonnes questions pour éviter les dérapages...



© CRAM Aquitaine

### >>> PLUS D'INFOS

> Prev 304 : "Alcool et conduite, où en êtes-vous dans votre entreprise ?" téléchargeable sur [www.cram-aquitaine.fr](http://www.cram-aquitaine.fr)